



ピンクリボン特集

受けましょう! 乳がん検診

八潮中央総合病院では、乳がんの早期発見・早期治療のための「ピンクリボン運動」を推進しています。ピンクリボン運動とは、女性特有の病気である「乳がん」の正しい知識を深め、乳がん検診の早期受診を推進するための国際的な運動です。今月はピンクリボン特集として、乳がん検診を実際に受ける時の手順などをお知らせします。

①予約

検査は、

- ①マンモグラフィ
- ②乳腺超音波検査
- ③マンモグラフィ
乳腺超音波検査 両方

のいずれかを選択できます。女性医師ご希望の場合はお伝えください。



予約のお電話は、健診センターにお願い致します。

直通電話 ☎ 048-998-8001

時間 8:30～12:00(月～土)、13:00～17:00(月～金)

②受付

受付で問診票を記入して提出し、係員から黄色いファイルを受け取って検査に入ります。



③検査機器



乳腺超音波検査装置



マンモグラフィ撮影装置

④マンモグラフィ撮影

女性放射線技師により、マンモグラフィを用いた検査を行います。



⑤ 乳腺超音波検査

女性検査技師により、超音波を発する機器を乳房にあて、反射された音波を画像化して、乳房内部の様子を映し出します。



⑥ 診察

医師が問診・視触診を行い、検査結果のお知らせを行います。

※八潮市の検診の場合は、後日の診察となります。

自己検査用
グローブの
お土産付き!

今、知っておきたい 乳がんの話

当院の本間恵医師が乳がんの講演を行います。



八潮中央総合病院
外科 **本間 恵** 医師
・日本外科学会専門医
・日本乳癌学会認定医
・マンモグラフィー読影医

日時 9月24日(月・振替休日)
13:30~15:30
(受付13:00~)

会場 やしお生涯学習館
多目的ホール

対象 八潮市在住・在勤の方
(申込順100名)

主催 八潮市

お申込み・お問い合わせ
八潮市立保健センター

☎ 048-995-3381

ピンクリボン運動 日曜乳がん検診

完全
予約制

10月21日(日)
受付 8:30~17:00

平日は子育て・仕事・家事などで忙しく病院に行けない女性の皆様のために、下記のように「日曜乳がん検診」を行います。今まで乳がん検査に行ったことが無い方、最近忙しくて行っていない方等、日曜日に受診出来るこの機会に「乳がん検診」を受けてみませんか。

日時 10月21日(日)

受付 8:30~17:00

場所 八潮中央総合病院2階 健診センター

※日曜乳がん検診は、医師・放射線技師・検査技師はすべて女性です。

お問い合わせ
健診センター(直通)

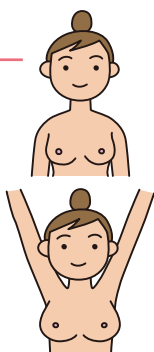
☎ 048-998-8001

乳房自己検診で早期発見

STEP1.「まずは見て」

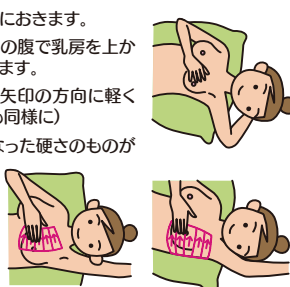
入浴など鏡の前で両腕を上げたり下げたりして

- ①乳房の姿をよく観察しましょう。
- ②乳房に「ひきつれ」「くぼみ」「変色」がないか観察しましょう。
- ③乳首の変形、皮疹の有無、乳首から液が出ていないか観察しましょう。



STEP2.「次に触って」

- ①横になり、一方の手を頭の後ろにおきます。
- ②もう一方の手の指をそろえ、指の腹で乳房を上から柔らかく押さえるように触れます。
- ③内側半分と外側半分に分けて矢印の方向に軽く押しながら触ります。(反対側も同様に)
- ④そろえた指のどれかに他と異なった硬さのものが触れないか探してください。
- ⑤しこりかな?と思ったら反対側の対称的な位置と比べてみてください。(しこりは指と肋骨の間にはさむとよく分かります)



STEP3.「最後は搾って」

- ①乳首を軽くつまみます。
- ②異常な液が出ないかよく観察しましょう。(特に血液が混ざった様な液はできません)



管理栄養士の出前講座

7月26日(木)午後2時から、八潮市八條の高齢者ふれあいの家「たんぼカフェ」において、栄養科の管理栄養士による出前講座を実施しました。たんぼカフェは、介護予防を目的として地域の方々が集まれるたまり場を提供しようとしてつくられた場所で、当日は13人の方が集まりました。

テーマは「生活習慣病予防～食習慣から糖尿病予防を～」で、糖尿病の基礎知識、エネルギーダウンのコツ、カロリー早見表、減塩のコツ、外食時のコツなどについてお話をしました。参加された皆さんは最後まで熱心に受講していただきました。



第3回ふれあいコンサート



7月21日(土)午後2時30分から、当院1階ロビーにおいて「ふれあいコンサート」を開催しました。

このふれあいコンサートは、当院の広報ボランティア委員会が主管し、昨年7月と12月に開催いたしましたが、第3回の今回は埼玉県立八潮南高等学校の吹奏楽部の皆さんにおいでいただき、演奏していただきました。ロビーには、入院患者様やご近所の皆様、八潮南高等学校の保護者の方など約80人の方が集まり、すばらしい演奏を楽しみました。

またこの日は、吹奏楽部の日ごろの野球応援に呼んで、同校の野球部の生徒の皆さん20人がロビーに応援に駆けつけて、盛大な声援で演奏を盛り上げていただきました。

管理栄養士のメディカルレシピ

白身魚の梅風味マリネ

梅風味のマリネ液は、さまざまな食材に合わせて利用することが出来ます。梅が苦手な方はお酢に変えてもおいしくお召し上がりいただけます。

■材料(1人分)

カレイ切り身(白身魚).....	60g	しそねり梅.....	2g
塩.....	0.2g	サラダ油.....	2g
小麦粉.....	3g		
サラダ油.....	8g		

■A

穀物酢.....	5g
塩.....	0.1g
砂糖.....	1g

■付け合せ

ブロッコリー.....	15g
だいこん.....	30g
にんじん.....	20g

■作り方

- ①白身魚は軽く塩をふり、小麦粉をまぶして油で炒め揚げにする。
- ②耐熱容器にAの調味料を合わせ、ラップをして電子レンジで加熱する。(500w30秒)
- ③②にしそねり梅とサラダ油を加え、混ぜ合わせる。
- ④皿に白身魚を載せ、③のマリネ液を上からかける。
- ⑤付け合せの野菜は食べやすい大きさに切り、茹でてお皿に添える。



162kcal 塩分0.8g



管理栄養士の
ひとくちメモ

マリネ液にサラダ油を入れなければ、よりヘルシーにさっぱりと食べられます。添えてある野菜を彩りの良いものにする、見た目も華やかで楽しめると思います。食事は栄養を摂るだけでなく、心も満たしてくれるものです。目もお腹も満足できるような食事を心がけるといいですね。



送迎バス時刻表

※日曜・祝日は運休いたします。

1号車

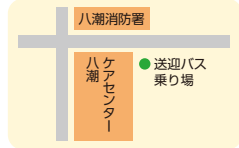
草加駅東回り行き

八潮中央総合病院

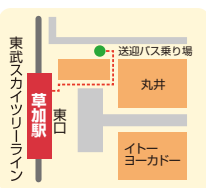


正面玄関よりワゴン車・マイクロバスが運行。

ケアセンター八潮 正面玄関前



草加駅 東口



草加駅東口ロータリーから丸井様と上島珈琲店様の間の通路を抜けたあたり。

2号車

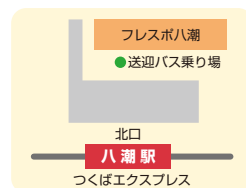
八潮駅北回り行き

八潮中央総合病院



正面玄関よりワゴン車・マイクロバスが運行。

八潮駅 北口



フレスポ八潮サンマルクカフェ様前あたりに停車。



送迎バスの発車時刻

八潮中央総合病院		草加駅		ケアセンター八潮(病院行き)	
		7:30	発	7:40	発
		7:45	発	7:55	発
		8:00	発	8:20	発
9:00	発	9:30	発	9:40	発
10:00	発	10:30	発	10:40	発
11:00	発	11:30	発	11:40	発
12:00	発	12:30	発	12:40	発
13:00	発	13:30	発	13:40	発
13:30	発	14:00	発	14:10	発
15:00	発	15:30	発	15:40	発
16:00	発	16:30	発	16:40	発
16:30	発	17:00	発	17:10	発
17:45	発	18:15	発	18:25	発
18:30	発	19:00	発	19:10	発
19:15	発	—		—	

※病院発草加駅行きのバスは、ケアセンター八潮経由となります。

※時刻表内の **青文字の発車時刻** の便は、
土曜日は運休いたします。



送迎バスの発車時刻

八潮中央総合病院			八潮駅	
8:05	発	↔	8:10	発
8:30	発	↔	8:35	発
8:40	発	↔	8:45	発
9:15	発	↔	9:20	発
10:15	発	↔	10:20	発
11:15	発	↔	11:20	発
12:45	発	↔	12:50	発
13:15	発	↔	13:20	発
14:15	発	↔	14:20	発
14:30	発	↔	14:35	発
14:45	発	↔	14:50	発
15:45	発	↔	15:50	発
16:15	発	↔	16:20	発
17:15	発	↔	17:20	発
17:45	発	↔	17:50	発
18:15	発	↔	18:20	発
18:50	発	↔	18:55	発
19:40	発	→	—	

健診センター直通電話番号 ☎ 048-998-8001

診療統計 平成30年度 4月～7月

()内は月平均

外来患者数	48,081名(12,020名)
入院患者数	1,001名(250名)
退院患者数	981名(245名)
一日平均外来患者数	485.9名
救急搬入数	635件(158件)
紹介患者数	804名(201名)
手術件数 全身麻酔	259件(64件)
硬膜外・脊髄麻酔	7件(1件)

八潮中央総合病院の概要

名称

医療法人 社団協友会 八潮中央総合病院

所在地

〒340-0814 八潮市南川崎845番地

設立年月日

昭和48年3月24日

建物

鉄筋コンクリート造5階建・免震構造

認可病床数

250床(一般:150床・回復期リハ:50床・障害:50床)

診療科目

内科、呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、糖尿病内科、神経内科、緩和ケア内科、リウマチ・膠原病内科、外科、呼吸器外科、心臓血管外科、消化器外科、乳腺外科、整形外科、脳神経外科、形成外科、小児科、皮膚科、泌尿器科、婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔科

診療時間

平日 9:00～13:00・14:00～17:30
〈受付時間〉8:00～12:00・12:30～16:30

土曜日 9:00～13:00

〈受付時間〉8:00～12:00

※日・祝日は休診。但し救急外来は24時間受付しております。



上尾中央医科グループ 医療法人 社団協友会

八潮中央総合病院

〒340-0814 埼玉県八潮市南川崎845番地
TEL 048-996-1131 FAX 048-997-2135
<http://www.yashio-cgh.jp>



日本医療機能評価機構認定